Protocolo de Recomendaciones de higiene, seguridad y salud para comedores, Ollas y Merenderos Populares.

En el marco de la emergencia pandemia COVID-19 declarada por la OMS en el mundo, y según el DNU 260/2020 y DNU 297/2020 declarados por el poder ejecutivo nacional, resulta de carácter obligatorio la implementación de protocolos de higiene, seguridad y salud.

El siguiente protocolo de recomendaciones para comedores, ollas y merenderos populares, se desarrolla pensando en las trabajadoras, trabajadores, vecinas y vecinos que se dirigen a cocinar o retirar su vianda diaria, haciendo hincapié fundamentalmente en quienes se encuentran cocinando y entregando sus manos para lograr esa asistencia indispensable en estos momentos de crisis que atraviesan los barrios más vulnerables.

Para desarrollar el siguiente protocolo se toman los siguientes puntos de prevención y mitigación de COVID-19, como esenciales:

- Distancia física /social.
- Higiene
- Limpieza y desinfección
- Capacitación en las medidas adoptadas para la prevenir el contagio, así también la responsabilidad de cumplir las recomendaciones del siguiente protocolo.
- EPP o equipo apropiado.

Contenido:

- Medidas generales de prevención y protección.
- Recomendaciones para desplazamiento hacia y desde el comedor, olla y merendero.
- Medidas de implementación y consideraciones al momento de elaborar viandas en el comedor, ollas y merenderos populares.
- Anexos.

Medidas generales de prevención y protección

1. Realizar higiene de manos frecuentemente. Se aconseja que el lavado de manos con agua y jabón tenga una duración de 40 segundos.
   (*Imágenes ilustrativas del método recomendado por la OMS y Ministerio de Salud de la Nación Anexo I).*
2. Distancia Social. La misma debe ser de 1,5 a 2 metros entre personas. *(Imágenes Ilustrativa de propagación del virus de persona a persona. Anexo II).*
3. No generar contacto físico con otras personas, como saludos, abrazos, besos, etc.
4. Al toser o estornudar cubrirse la boca con el pliegue del codo, o con un pañuelo desechable.
5. No compartir utensillos personales, tazas, vasos, mate, etc.
6. Ventilar los ambientes para permitir el recambio de aire.
7. Limpiar las superficies y los objetos que se usan con frecuencia.
8. Contactarse de forma inmediata con el sistema de salud (línea 148 en Provincia de Buenos Aires) ante la presencia de fiebre y síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, resfrío). *(Imágenes ilustrativas de síntomas. Anexo III).*
9. En caso de presentar síntomas, las autoridades sanitarias solicitan NO asistir a los centros de salud en forma espontánea.

Recomendaciones para desplazamiento hacia y desde el comedor, ollas y merenderos populares.

1. Ante la presencia de fiebre y síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, resfrío) NO concurrir al comedor, olla o merendero popular, y debe contactarse de forma inmediata al sistema de salud (línea 148 en Provincia de Buenos Aires).
2. Trate de desplazarse utilizando bicicleta o caminando en trayectos cortos.
3. Siempre respetar la distancia mínima recomendadas.

4. En caso de tener que utilizar transporte público, deberá usar elementos de protección que cubra nariz, boca y mentón (tapa boca).

Medidas de implementación y consideraciones al momento de elaborar viandas en el comedor, ollas y merenderos populares.

1. Toda persona que ingrese, al llegar al mismo, deberá limpiar la suela del calzado en trapo de piso embebido en solución desinfectante (lavandina).
2. Toda persona que ingrese debe contar con "tapa nariz boca mentón". (*Imágenes y recomendaciones del uso adecuado y su respectiva higiene Anexo IV).*
3. Toda persona que ingrese, en caso de no contar con baño/ lavatorio deberá realizar limpieza de manos en seco (gel o soluciones alcohólicas) al llegar al mismo. *(Imágenes ilustrativas del método recomendado por la OMS y Ministerio de Salud de la Nación Anexo V).*
4. Se recomienda la desinfección también de elementos personales, como celulares, llaves, con solución desinfectante (alcohol al 70% y agua al 30%). *(Cuadro de soluciones desinfectantes para superficies Anexo VI).*
5. Se recomienda que, de no contar con delantales personales, lleven una muda de ropa limpia. Para poder utilizarla dentro del comedor, olla y merendero popular. *(Indicaciones en el Anexo VII).*
6. El lavado de manos debe ser constante, antes y después de cada desplazamiento. Siempre con Agua limpia y Jabón, para el secado utilizar en lo posible toallas, servilletas o pañuelos de papel descartables. *(Anexo I).*
7. Se recomienda que antes de comenzar y al finalizar la jornada se debe realizar la desinfección de superficies y todos los utensilios a utilizar. Lavándolos con agua y jabón.
8. Durante la tarea de limpieza y desinfección de superficies en común, se debe utilizar guantes resistentes a la rutina. *(Método recomendado de limpieza y desinfección Anexo IIX).*

9. Se deberá respetar el distanciamiento interpersonal dentro de las cocinas. En caso de tener que reducir la cantidad de personas, se deberá implementar turnos rotativos.
10. Los comedores, ollas y merenderos deben contar y colocar afiches informativos sobre medidas de prevención específicas acerca del Nuevo Coronavirus COVID-19. *(Imágenes ilustrativas en los Anexos).*
11. Durante la jornada y en todo momento, es importante evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos. En caso de hacerlo debe lavarse las manos nuevamente.

En el momento de la elaboración y armado de las viandas, se recomiendan los siguientes puntos:

1. Para la recepción de materias primas, es importante evitar el contacto directo con el chofer/fletero que transporta y descarga la mercadería.
2. Se debe evitar el ingreso de personas ajenas a la cocina.
3. Al recibir la mercadería, todo bulto debe ser desinfectado, así también desechar su envoltorio secundario (cajas de cartón, bolsas) en tacho de residuos.
4. No se debe guardar la mercadería antes de ser desinfectada.
5. Los armarios y almacenes que se utilizan para el almacenamiento de la mercadería deben ser desinfectados a diarios, así también como perillas, tiradores de cajones, alacenas y picaportes.
6. Las verduras y frutas deben ser lavadas antes de su manipulación.
7. Se recomienda siempre verificar la fecha de vencimiento y no consumir alimentos vencidos.
8. Para su elaboración o manipulación de alimentos se recomienda la utilización de cofia (o pañuelo sujetado al pelo, siempre con el pelo recogido) tapa nariz boca mentón, guantes descartables y delantal.
9. En la cocina los repasadores o toallas que se utilicen deben estar previamente lavados al comienzo de la jornada y retirados al terminar la

jornada. Se recomienda el remplazo de los mismos por servilletas, tollas o pañuelos papel descartables y desechados de inmediato en el tacho de basura.

Recomendamos una buena organización para evitar la concentración de personas en la entrega del tupper o bols, y el retiro de la vianda. Determinando un lugar específico para el intercambio y ordenando la implementación de una fila que respete la distancia social de un mínimo de 2 metros.

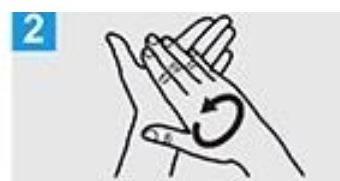
Las personas que se encuentren en esta área deberán respetar la distancia social entre ellas y poseer de forma constante alcohol en gel u otro desinfectante.

Anexo I

¿Cómo lavarse las Manos? CON AGUA y JABON

Durante 40 a 60 segundos.

Mójese las manos con agua.

Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos.

Frótese las palmas de las manos entre sí.

Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.

Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.

Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.

Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.

Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.

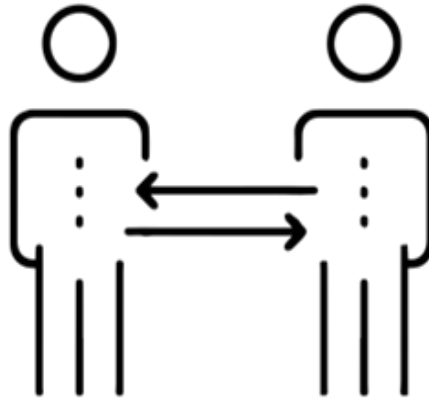
Enjuáguese las manos con agua.

Séquese con una toalla desechable.

Sírvase de la toalla para cerrar el grifo.

Sus manos son seguras.

Anexo II

DISTANCIA SOCIAL

Mantenga el distanciamiento social

Mantenga al menos 1,5 metros a 2 metros de distancia entre usted y las demás personas, particularmente aquellas que tosan y estornuden.

¿Por qué? Cuando alguien con una enfermedad respiratoria, como la infección por COVID-19, si tose o estornuda, proyecta pequeñas gotículas que contienen el virus. Si está demasiado cerca, puede inhalar el virus. O tocar las superficies donde el virus transportado por estas goticulas allá quedo posado.

Anexo III

Sintomas del COVID_19

CORONAVIRUS
(COVID-19)

Fiebre y tos

Dolor de garganta

Dificultad respiratoria

Ante la presencia de estos síntomas no te automediques, y llamá al

148 ATENCIÓN CIUDADANA las 24 hs

Anexo IV

Tapa Nariz, Boca y Mentón.

El cubre nariz, boca y mentón, barbijo de tela o descartable, el que sea que tengamos a mano, compremos, confeccionemos o usemos, pierde su valor como medida de prevención de contagio y transmisión del COVID-19 si no lo usamos correctamente. Por eso se recomienda las siguientes medidas.

Colocación y Uso:

- Para la buena colocación del cubre bocas-nariz, y evitar la contaminación cruzada, se deberán lavar las manos antes y después de la colocación.
- Se debe cubrir la nariz y la boca hasta el mentón, debe atarse detrás de la cabeza o colocarse las bandas elásticas y sostenerse en las orejas.
- No utilizar el cubre bocas-nariz flojo, dejando espacios a los costados.
- No utilizar el cubre bocas-nariz debajo del mentón para descansar de él, mientras permanece en el cuello.
- Colocar y sacar el cubre bocas-nariz preferentemente dentro de tu casa.
- Una vez colocado, no hay que tocarlo y, si se necesita acomodarse, debe hacerse desde las bandas elásticas o tiras.

- El cubre boca o tapa boca siempre debe estar seco y limpio al usarse. Es importante reemplazarlo o secarlo cuando se humedezca. Tener en cuenta el lavado o aireado.
- Los cubre bocas de algodón permiten un uso continuo de 1 hora y media.

Para su correcta higienización se debe lavar las cubiertas para la cara en la lavadora es suficiente. También puede realizarse con agua y jabón/detergente para ropa. Secar completamente.

Se los debe lavar rutinariamente según la frecuencia de uso.

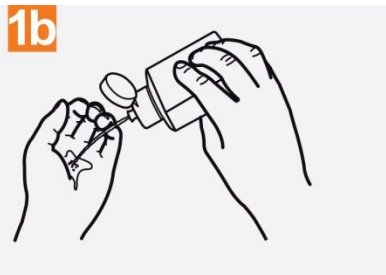
Cuando se retira se recomienda: lavarse las manos, después sujetarlo desde las bandas o tiras, colocarlo en una bolsa plástica para transportarlo, o en un recipiente para su lavado; volver a lavarse las manos.

Es muy importante que: Las cubiertas de tela para cara no se deberían usar en niños menores de 2 años ni en personas con problemas respiratorios o que estén inconscientes, incapacitadas o no sean capaces de quitárselas sin ayuda.

Anexo V

¿Cómo desinfectarse las manos? Con un GEL a base de Alcohol.

Durante 20-30 segundo

Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies.

Frótese las palmas de las manos entre si.

Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.

Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.

Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.

Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.

Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.

Una vez secas, sus manos son seguras.

Anexo VI

Soluciones Desinfectantes

Solución de Lavandina

Lavandina Comercial Cloro	Preparación	
	Cantidad de Lavandina	Cantidad de Agua
25 gr Cl x Litro	40 ml o 4 cucharadas soperas	1 Litro de H2O (Agua)
55 gr Cl x Litro	20 ml o 2 cucharadas soperas	1 Litro de H2O (Agua)

Para el lavado de Frutas y Verduras: Utilizar 2 gotas de Lavandina comercial, en un litro de agua, dejar reposar las frutas y verduras, luego escurrir. Para poder ser manipuladas y consumidas.

Solución a base de Alcohol

ALCOHOL al 96%	70 %, 7 partes, 700ml. De Alcohol.	30%, 3 partes, 300ml. De Agua.

Recomendaciones generales sobre productos de limpieza

Anexo VII

Ropa de Trabajo: Se recomienda la utilización de delantales personales o guardapolvo para el ingreso a la cocina, de no contar con el mismo, se podrá disponer de una muda de ropa limpia para las tareas dentro de la cocina. Cuando se termina la jornada se debe cambiar las prendas de ropa, delantal o guardapolvo para volver a cambiarse con la ropa del ingreso. Las prendas utilizadas dentro del comedor deben guardarse en una bolsa para poder trasladarlas y lavar. El lavado diario de las prendas utilizadas es de suma importancia. Luego de quitarse las prendas usadas debe lavarse las manos.

Dentro de la cocina se debe contar también con la utilización de cofia o pañuelo sujetando el pelo, tapa nariz, boca y mentón, guantes descartables para la manipulación de alimentos, Delantal, guardapolvo o ropa de trabajo.

Anexo IIX

Medidas de Limpieza y Desinfección

El virus presenta una estructura lipida (la cubierta que lo envuelve) que lo hace muy soluble a soluciones jabonosas. Por eso, la principal medida de prevención individual es el lavado de manos (complementada, en forma secundaria, por el alcohol al 70%) y la principal medida colectiva es la "técnica de doble balde – doble trapo":

- Iniciar la limpieza con soluciones jabonosas con agua y detergente de uso común.
- En el balde N°1 agregar agua y detergente.
- Sumergir el trapo N°1 en balde N°1, escurrir y friccionar las superficies a limpiar (mesadas, picaportes, barandas, utensilios de la cocina, etc.). Siempre desde la zona más limpia a la más sucia.
- Repetir el paso anterior hasta que quede visiblemente limpia.
- En el balde N°2 (limpio) agregar agua, colocar 100 ml de lavandina, sumergir trapo N°2, escurrir y friccionar en las superficies. Si la concentración es de 55 gr/litro, 100 ml de lavandina rinden para 10 litros de agua.
- Enjuagar con trapo N°2 sumergido en balde N°2 con agua. Y dejar secar.

LIMPIAR TUS MANOS

¿Cuándo?

Antes de tocarte la cara

Después de toser o estornudar

Después de ir al baño

Antes y después de cambiar pañales

Antes de preparar y comer alimentos

Antes y después de visitar o atender a alguien enfermo

Después de tirar la basura

Después de tocar las manijas de las puertas

Después de estar en lugares públicos concurridos

No olvidar: Lavarse las manos después de manipular alimentos crudos (carnes, pescados, pollo y huevos).

En el Comedor y Merendero

Nos Cuidamos Entre Todos.

Gracias.